Государственное учреждение
«Центр гигиены и эпидемиологии Ленинского района
г. Минска»

# ОСТОРОЖНО! ГРИПП!



Минск, 2026



## ЧТО ТАКОЕ ГРИПП?

**Грипп** — это острое респираторное заболевание, вызываемое вирусами типов А, В и С.

Вирус прицельно поражает слизистую оболочку верхних дыхательных путей и затем попадает в кровь и разносится по всему организму, вызывая общую интоксикацию, повышенную температуру тела, слабость, боль в мышцах.

## КАК ПЕРЕДАЕТСЯ ИНФЕКЦИЯ?

Грипп отличается тяжелым течением и часто приводит к развитию осложнений.

**Воздушно-капельным путем**

При кашле, чихании и разговоре на расстоянии до 2–3 метров.

**Контактно-бытовым путем**

Через дверные ручки, гаджеты, игрушки и прочее.

## ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ГРИППА

- Внезапный подъем температуры до 39–40 °С;
- Сильная головная боль (в области лба и глаз);
- Ломота в мышцах, суставах и выраженная слабость;
- Сухой болезненный кашель и боль за грудиной;
- Покраснение глаз, светобоязнь и слезотечение.

## ОСЛОЖНЕНИЯ ГРИППА:

1. Дыхательная система: пневмония, острый респираторный дистресс-синдром (ОРДС), бронхит и трахеит, плеврит.
2. ЛОР-органы: синуситы, отит, ларингит.
3. Сердечно-сосудистая система: миокардит, перикардит.
4. Нервная система: менингит и энцефалит, невралгии и полиневриты.

## ВАКЦИНАЦИЯ ГРИППА ПРОИСХОДИТ В СООТВЕТСТВИИ С НАЦИОНАЛЬНЫМ КАЛЕНДАРЕМ ПРИВИВОК:

- дети в возрасте от 6 месяцев до 3 лет;
- дети в возрасте от 3 лет и взрослые с хроническими заболеваниями;
- лица с иммуносупрессией;
- лица в возрасте старше 65 лет;
- беременные женщины;
- медицинские, фармацевтические работники;
- дети и взрослые, находящиеся в учреждениях с круглосуточным режимом пребывания;
- работники государственных органов, обеспечивающие безопасность государства и жизнедеятельность населения.

## ВАКЦИНАЦИЯ — ГЛАВНАЯ ЗАЩИТА

Сделайте прививку до начала эпидемического сезона (сентябрь – ноябрь). Вакцина снижает риск заражения и защищает от тяжелых осложнений.

### Меры неспецифической профилактики:

1. **Личная гигиена и профилактика:**

- исключить тесный контакт с людьми с симптомами заболеваний;
- ограничить посещение общественных мест, массовых мероприятий или минимизировать длительность нахождения в данных местах;
- при необходимости использовать СИЗ органов дыхания (маску);
- соблюдать гигиену рук;
- часто проветривать помещения и проводить влажную уборку.

2. **Респираторный этикет:**

- при кашле и чихании необходимо использовать носовой платок, предпочтительнее применять одноразовые бумажные платки, которые выбрасываются сразу после использования;
- при отсутствии носового платка чихать и кашлять в сгиб локтя, а не в ладони;
- стараться не прикасаться к лицу немытыми руками.

Автор: врач-эпидемиолог (заведующий) противоэпидемического отделения санитарно-эпидемиологического отдела Кулакова Н.С.
Тираж-200 шт.